



CARUURTA IYO KUDKA

WARQAD XAQIIQO OO WAALIDKA LOOGU TALOGALAY

Warqaddan xaqiiqo waxa loogu talogalay in waalidka lagu siiyo war iyo adeegyo (1) si caruurtooda looga gargaaro inay ka xasilaan cabsida ku saabsan kudka iyo (2) si ay u gaadhan go'aamada ku saabsan kudka iyo caruurtooda.

Sida Loo Yareeyo Cabsida Caruurta

(1) Caruurtaada ka gargaar inay amaan dareemaan. U oggalow inay ka hadlaan cabsidooda iyo walwalkooda. Joogtee caadooyinka qoyska ee ilmaha ka gargaara inay dareemaan raaxo iyo amaan. Ku wargali in waalidka, macallimiinta, dhakhtaaatiirta iyo saraakiisha dawladdu ay ku hawlan yihiin wax kasta oo suurogal ah si ay u helaan amaan iyo caafimaad.

(2) Xad u yeel daawashada ay caruurtu daawadaan warka telefishanada. Waxa laga yaabaa in caruurta warka ku saabsan argagaxisada biloojiga isticmaalisha uu ku rido cabsi, kurbo ama waxyelo niyadeed. Maamul waxa ay telefishanka ka daawadaan, goorta ay daawadaan, una hubso inaad ogalaatid wakhti qoysku wada-hadal yeesho inta lagu jiro daawashada iyo ka dib si loogu oggalaado inay sheegaan cabsidooda iyo walwalkooda.

(3) Kalsoonidaada ku dhis xaqiiqooyin. Aqoontu waa difaaca ugu fiican ee aad kaga hortagi kartid cabsida aan loo baahnayn. Caruurtaadu waxay noqon doonaan kuwo aan cabsi badnayn haddii ay arkaan inaad cabsanaynin iyo haddii aad siisid wakhti aad kaga jawaabaysid su'aalahooda oo dhan.

Waxa la Rabo in Waalidka Kastaa Ogaado

Kudka waa cudur u keeno bakteeriya si dabiici ah looga helo ciidda. Waxay sameysan karaan duub ku wareegsan oo gaashaan u ah oo la yidhaahdo abuur kud, waxana ay jidhka dadka cudurku soo gaadhay ku sii dayn karaan walax sun ah.

Adiga iyo caruurtaadu kudka iskama qaadi kartaan ama kama qaadi kartaan qof kale. Xiitaa haddii kudka aad la jiratid, **uma** gudbin kartid caruurtaada cudurka. Xiitii haddii qof uu si kas ah bakteerida keenta kudka u dhigo goobta shaqadaada, uma dhawa in bakteeriyyada aad guriga geysid caruurtaada qaadato iyadoo bakteeriyyado la socoto dharkaaga ama timaahaaga.

Saddex siyaabood ayuu dadku ula kulma (uu u soo “gaadhaa”) ama ay ula jiradaan bakteeriyyada keenta kudka: (1) iyagoo neefsanaya [neef ahaan u qaadanaya] bakteeriyyada, (2) iyaga oo la kulmaya bakteeriyyada ka dib marka ay meel jeecan ama xagtin maqaarka ah u

ka soo gasho ama (3) marka ay cunaan wax ay bakteeriyadu ku jiro [caadi ahaan hilib aan si wacan loo karin oo ka yimi xoolo cudurka qabay]. Suurogalka in saddexdaa siyaabood lagula kulmo cudurka aad bay u yar tahay. Waxa kaloo jirta in jidhkeenu leeyahay difaac uu kaga hortago bakteeriyada, sidaa daraadeed qof kasta oo la kulma bakteeriyada ma noqon doono qof la jirada kudka.

Waxa jira saddex nooc oo ah kudka, kuwaasoo dhamaantood lagu daweyn karo antibiyootiko:

- Kudka maqaarka oo ah nooca kudka ugu halista yar. Calaamadda ugu horeysa ee lagu yaqaano waa fin yar oo aan xanuun lahay kaasoo isu beddela fin biyo leh. Maalin ama laba ka dib, finka biyaha lihi waxa uu dhexda ku yeesa qolof madow.
- Kudka caloosha iyo mindhicirka oo ah mid ka sii culus kudka maqaarka. Calaamadaha ugu horeeya ee lagu yaqaano waa lallabo, rabitaanka cuntada oo luma iyo qandho, oo uu ku xigo xanuun caloosha ah oo daran. Kani waa nooca ugu tirada yar noocyada kudka.
- Kudka la neefsado waa nooca ugu culus noocyada kudka. Cudurku waxa uu ku bilaabmaa calaamado u eeg kuwa hargabka ama ifilada. Haddii goor hore la ogaado, cudurka la neefsado si guul leh ayaa loogu daweyn karaa antibiyootiko. Haddii aan goor hore la ogaan oo ay yimaadaan calaamado sii culus, kudka la neefsado waxa uu caadi ahaan keenaa geeri. Badi dhamaan calaamadaha hargabka iyo ifiladu **ma** aha kud.

Calaamadaha iyo tilmaamaha cudurka kudka ee ku dhaca caruurta ka weyn 2 bilood waxay u eeg yihiin kuwa lagu arko dadka waaweyn. Cudurku isku si ayuu u saameeyaa caruurta iyo dadka waaweyn, inkasta oo laga yaabo in caruurta u badan yihiin inay ku dhacaan waxyeelooyin ka imana antibiyootikaga loo isticmaalo ka hortagga ama daweynta cudurka.

Inkastoo laga yaabo inaad is tidhaahdid weydiiso dhakhtarkaaga kayd antibiyootiko ah oo aad haysatid, haddana ‘Centers for Disease Control and Prevention’ (CDC) (Xarumaha Xakameynta iyo Ka-hortagga Cudurada) iyo ‘American Academy of Pediatric’ (Ururka Dhakhaatiirka Caruurta ee Maraykanka) midna kuma taliyo inaad taa sameysid. Waa inaanad caruurtaada u soo qaadin antibiyootiko iyada oo maamulada caafimaadka dadweynuhu ay xaqijiyaan inay u badan tahay in caruurta la kulmeen bakteeriyada keenta kudka. Caruurta oo la siiyo antibiyootiko marka aanay u baahnay antibiyootiko waxay keeni kartaa waxyeelo halka ay faa’ido ka keeni lahayd. Antibiyootiko badan ayaa waxyeelooyin culus u geysta caruurta, isla markaana antibiyootikada oo la isticmaalo marka aan loo baahnay waxay keeni kartaa sameysanka noocyoo bakteeriya ah oo adkaysi u leh dawada. Haddii taasi dhacdo, antibiyootikadu ma dili karto bakteeriyada adkaysiga leh wakhtiga labaad ee ilmahaagu u baahdo isla antibiyootikadaa si loo daweeyo cudurada dhagta, dulka sanka ama cudurada kale ee ku badan caruurta.

Wakhtigan, ma jiro talaal kudka ah oo loogu talogalay caruurta. Talaalka kudka ee lagu isticmaalay dadka waaweyn marna lama darsin sida uu u saameeyo caruurta, lagumana talinayo in la siiyo dadka ka yar da’daa 18. Wakhtigan waxa talaalkaa loo heli karaa kaliya dadka ku jira ciidanka, inkasta oo saraakiisha caafimaadka dadweynuhu ay ka fiirsanayaan inay ku isticmaalaan dadka ka shaqeeyaha xirfadaha kale ee halis sare u ah cudurka.

Suurogalka in caruurtaadu la kulanto bakteeriyada keenta kudka aad iyo aad bay u yar tahay. Hase yeeshi, haddii saraakiisha caafimaadka dadweynuhu ay xaqijiyaan ama tuhmaan in adiga ama caruurtaadu ay la kulmeen bakteeriyada, dhakhtarkaaga ama sarkaal caafimaad oo kale ayaa qori doonaa antibiyootiko si adiga iyoc caruurtaada looga ilaaliyo inay yeeshaan

kud. Waxa muhiim ah in goor hore la garto oo la daweyyo kudka ku dhaca caruurta, sidaa daraadeed wac bixiyahaaga daryeel caafimaad ama dhakhtarkaaga isla markiiba haddii aad qabtid su'aalo ama walwal. Xusuuso: Marna caruurtaada ha siin antibiyootiko iyada oo dhakhtar uu eegay caruurtaada oo uu qoray antibiyootiko mooyaane. Mida kale u hubso inaad siisid *sida saxda ah* ee dhakhtarka ama farmasiiluhu sheegay.

Wixii ah war dheeraad ah, wac North Dakota Department of Health (Waasaaradda Caafimaada ee Waqooyiga Dakota) oo leh lambarka 701.328.2378.